

## Deutsche DepressionsLiga e.V. – Newsletter 11/2019 vom 18.11.2019

Sehr geehrte Damen und Herren,

hier unsere aktuellen News rund um die Themen Depression, Soziales und Gesundheitswesen:

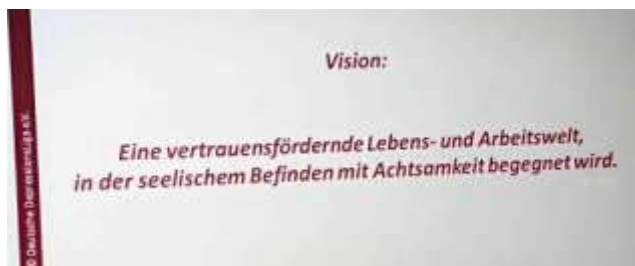
---

### 1 Vision und Mission der Deutschen DepressionsLiga e.V.

Um die Arbeit und Zielsetzung der Deutschen DepressionsLiga e.V. kurz und bündig auf einen Nenner zu bringen, hat die Mitgliederversammlung am 16. November in Bonn sowohl die "Vision" als auch die "Mission" der DDL einstimmig beschlossen und freigegeben. Beides wurde im Vorfeld vom Vorstand erarbeitet und am 16. November der Versammlung zur Diskussion und Abstimmung vorgelegt. Die Resonanz war durchweg positiv und eindeutig: Ja, das sind unsere Aufgaben und Ziele, für die wir uns als DDL in allen Bereichen und auf allen Feldern, in denen wir aktiv sind, einsetzen. Diese einheitliche Sprachregelung gilt ab sofort als offizielle Beschreibung der Tätigkeit der Deutschen DepressionsLiga e.V.

#### Die Vision:

Eine vertrauensfördernde Lebens- und Arbeitswelt, in der seelischem Befinden mit Achtsamkeit begegnet wird.

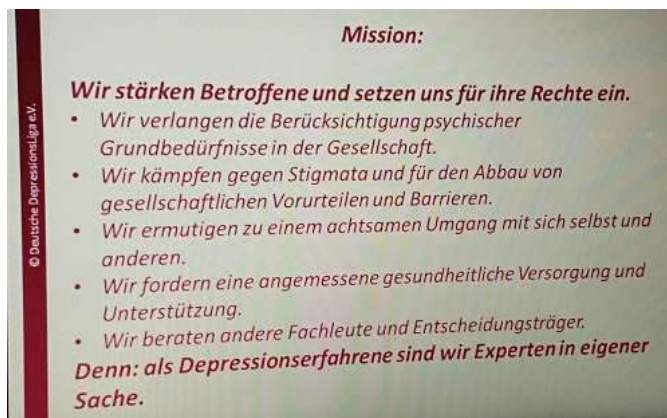


#### Die Mission:

Wir stärken Betroffene und setzen uns für ihre Rechte ein.

- Wir verlangen die Berücksichtigung psychischer Grundbedürfnisse in der Gesellschaft.
- Wir kämpfen gegen Stigmata und für den Abbau von gesellschaftlichen Vorurteilen und Barrieren.
- Wir ermutigen zu einem achtsamen Umgang mit sich selbst und anderen.
- Wir fordern eine angemessene gesundheitliche Versorgung und Unterstützung.
- Wir beraten andere Fachleute und Entscheidungsträger.

Denn: als Depressionserfahrene sind wir Experten in eigener Sache.



## 2 Mitgliederversammlung der Deutschen DepressionsLiga e.V.



Bei der Mitgliederversammlung 2019 am 16. November in Bonn ist der bestehende Vorstand größer geworden: Die Mitglieder wählten Marion Böhrk-Martin aus Lübeck und Uwe Hauck aus Schwäbisch-Hall zu neuen, weiteren Beisitzern. Somit besteht der Vorstand nun aus (im Bild v.li.): Uwe Hauck, Waltraud Rinke (Vorsitzende, Stuttgart), Marion Böhrk-Martin, Armin Rösl (Schriftführer & Öffentlichkeitsarbeit, München), Thomas Voigt (stellv. Vorsitzender, Kiel), Dr. Ronald Münzer (Schatzmeister, Bonn) und Karsten Schröder (Beisitzer, Kiel; nicht auf dem Bild).

Bei der Mitgliederversammlung berichtete Vorsitzende Waltraud Rinke über Aktivitäten in den vergangenen zwölf Monaten, wie beispielsweise den 5. Patientenkongress Depression in Leipzig (Veranstalter: Stiftung Deutsche Depressionshilfe und Deutsche DepressionsLiga e.V.), die Mitarbeit in der Arbeitsgruppe "Grüne Schleife" des Aktionsbündnisses Seelische Gesundheit, das zehnjährige Bestehen der Deutschen DepressionsLiga e.V. in diesem Jahr (Feierstunde mit DDL-Schirmherr und Komiker Torsten Sträter) sowie über die teilweise seit Jahren laufenden, sehr erfolgreichen Projekte "Mut-Tour" (Fahrradtour durch Deutschland), "Papas Seele hat Schnupfen" (Kinderbuch und Lesereise von und mit Claudia Gliemann), "Mal gut, mehr schlecht" (Bildband von Nora Klein, die mit Sabine Fröhlich auf Lesereise ist), "Lichtblicke" (Buch mit Erfahrungsberichten von neun an Depression erkrankten Menschen), Arbeitgeber-Seminare sowie Filme der Reihe "Laut gedacht" und den Podcast "Kopfsalat" (Freunde fürs Leben e.V.).

Erfreulich ist laut Rinke, dass die Deutsche DepressionsLiga e.V. in der Öffentlichkeit sowie von Fachleuten und Entscheidungsträgern immer stärker wahrgenommen und einbezogen bzw. auch um ihre Meinung gefragt wird. Ebenfalls erfreulich ist die Entwicklung der Mitgliederzahl, die in diesem Jahr erstmals die Marke von 800 überschritten hat. Dies ist Rinke zufolge deshalb bemerkenswert, weil die Mitglieder selbst Betroffene oder Angehörige sind. Generell sei es für viele Betroffene wohl eine große Hürde, sich durch eine Mitgliedschaft quasi zu ihrer Erkrankung zu bekennen, so die Vorsitzende. Dennoch: Je mehr Mitglieder die DDL hat, umso noch größer und stärker ist ihre Stimme! Weitere Informationen zur Mitgliedschaft (Maximal-Beitrag: 24 Euro pro Jahr) für Einzelpersonen und Selbsthilfegruppen finden Sie unter [www.depressionsliga.de](http://www.depressionsliga.de).

### **3 Zehnter Todestag von Robert Enke: Medialer Druck für psychisch kranke Sportler noch immens**

Deutschlandfunk: Am 10. November 2009 nahm sich der an Depression erkrankte Fußballnationalspieler Robert Enke das Leben. Sein Tod löste Bestürzung aus: Nie wieder sollte ein Sportler eine psychische Erkrankung aus Angst vor der Öffentlichkeit verschweigen müssen. Doch Sport und Medien tun sich damit immer noch schwer.

[Weiterlesen](#)

### **4 „IMPRESSION DEPRESSION“ – Eine Virtual Reality-Erfahrung der Robert-Enke-Stiftung**

Robert-Enke-Stiftung: Am 10. November 2019 jährte sich Robert Enkes Todestag zum zehnten Mal. Mit einer Virtual Reality-Erfahrung will die Robert-Enke-Stiftung Verständnis wecken und Nicht-Betroffene aufklären.

[Weiterlesen](#)

### **5 Suizidale Krisen: Kognitive Verhaltenstherapie kann helfen**

Institut für Qualität und Wirtschaftlichkeit im Gesundheitswesen (IQWiG): Laut der Untersuchung einer Arbeitsgruppe der Technischen Universität (TU) Berlin im Auftrag des IQWiG sind bestimmte Formen der Kognitiven Verhaltenstherapie (KVT) geeignet, u. a. depressive Symptome, aber auch Suizidgedanken und -versuche mindern können.

[Weiterlesen](#)

### **6 Wie man Depressionen bei Kindern und Jugendlichen erkennt**

Gesundheitsstadt Berlin: Überanhänglichkeit, exzessives Daumenlutschen, Schulleistungsstörungen oder Aggressivität: Auch Kinder und Jugendliche können an Depressionen erkranken. Aber die leidende Psyche artikuliert sich über andere Symptome als im Erwachsenenalter. Um die Krankheit zu erkennen, muss man manchmal um die Ecke denken.

[Weiterlesen](#)

### **7 Hanftherapie: Cannabis hilft wohl nicht bei Depressionen**

Die Zeit: Droge und Arzneimittel zugleich: Cannabis soll unter anderem Ängste und Traurigkeit lindern. Doch eine Analyse findet dafür keinen überzeugenden Beweis.

[Weiterlesen](#)

### **8 Nach Petition: Bayerische Schüler fühlen sich hingehalten**

Süddeutsche Zeitung / Bayerischer Rundfunk: Vor einem halben Jahr hat eine Gruppe von Abiturienten mit einer [Petition](#) die Aufmerksamkeit auf psychische Erkrankungen bei Schülern gelenkt. Das Kultusministerium veröffentlichte daraufhin einen Zehn-Punkte-Plan und versprach mehr Aufklärung. Doch mit dem nun vorliegenden Zwischenbericht sind die Initiatoren mehr als unzufrieden. Auch die Deutsche DepressionsLiga e.V. unterstützt die Petition und hat einen offenen Brief der Initiatoren an Bayerns Landtagspräsidentin Ilse Aigner mitunterzeichnet.

[Weiterlesen](#)

## 9 "Weil wir keine Monster sind"

Süddeutsche Zeitung: Tina Meffert und Maximilian Laufer haben eine Webseite begründet, auf der Menschen mit psychischen Krankheiten ihre Geschichte erzählen, unter anderem die DDL-Vorstandsmitglieder Uwe Hauck und Armin Rösl.

[Weiterlesen](#)

## 10 Personalausstattung in Psychiatrie und Psychosomatik: Sanktionen bei Unterschreiten der Mindestvorgaben

Ärzteblatt: Der Gemeinsame Bundesausschuss (GBA) hat die Erstfassung der Richtlinie über die Personalausstattung in Psychiatrie, Psychosomatik und Kinder- und Jugendpsychiatrie vorgelegt. Verbindliche Mindestvorgaben sollen die Versorgung verbessern. Ärzte und Psychotherapeuten sehen das anders.

[Weiterlesen](#)

Mit freundlichen Grüßen



Armin Rösl

Deutsche DepressionsLiga e.V.

### Spenden:

Ihre Spende hilft Betroffenen. Unterstützen Sie die Arbeit der Deutschen DepressionsLiga. Jeder Beitrag zählt, damit wir weitere Projekte realisieren und ausbauen können:

<http://www.depressionsliga.de/spenden.html>

### Impressum:

Deutsche DepressionsLiga e.V.

Armin Rösl, Waltraud Rinke, Thomas Voigt, Dr. Ronald Münzer, Marion Böhrk-Martin, Uwe Hauck, Karsten Schröder

Oppelner Straße 130  
53119 Bonn

Tel.: +49 228 / 240 657 72

Fax +49 7144 / 704 89 79

Email: [kontakt@depressionsliga.de](mailto:kontakt@depressionsliga.de)

<https://www.depressionsliga.de/>



**Haftungshinweis:**

Die Deutsche DepressionsLiga e.V. übernimmt keine Haftung für die Inhalte externer Links. Für den Inhalt der verlinkten Seiten sind ausschließlich deren Betreiber verantwortlich.

Der Newsletter enthält einen aktuellen Überblick über Tendenzen, Ansichten und Meinungen. Diese decken sich nicht in jedem Fall mit den Positionen der Deutschen DepressionsLiga.